



まだまだ冷たい風が吹く日が続いていますが、少しずつ春の気配が感じられるようになってきました。寒さの中で体調を崩すお友だちも増えてきています。風邪や感染症の予防のためにも、引き続き「手洗い・うがい・十分な睡眠」を心がけ、元気に過ごしていきましょう。



子どもの花粉症について

花粉症の三大症状

くしゃみが出る

鼻水・鼻づまりが続く

目をこする

※大人の病気と思われがちですが、5～9歳では13.7%、10～19歳では31.4%もの子供が花粉症だというデータがあります。花粉症の症状があっても熱がないなら大丈夫！と油断しがちですが、花粉症の症状がずっと続くと不快だけでなく、さまざまな問題を招くおそれがあります。症状が続くようなら小児科や耳鼻科に相談してみるのもいいですね！

●口をいつも開けている。

しつこい鼻づまりのために、口呼吸になります。乾いた空気が口から入るので風邪などひきやすくなります。

●なかなか寝ない

●日中元気がない、機嫌が悪い

息苦しさのために、よく眠れなくなります。そのため、昼間に元気に遊べなかったり、機嫌が悪くなったりします。



舌なめ皮膚炎に注意

子どもがつい唇をなめてしまう…口のまわりが赤くなり、ヒリヒリ痛い「舌なめ皮膚炎」になっていませんか？早く治すために、こんなことをしてあげてください。

マスクをつける

口の周りの温度が増すのでかゆみがやわらぎなめる回数を減らせます。



薬は入眠後に

リップクリームや薬はすぐになめてしまうので、眠っている間に塗ってあげてください。



他の原因に注意

乾燥以外にもなめてしまう理由があるかもしれません。食べ物や歯磨き粉がついたままになっていないか、よく見てあげてください。



不安な気持ちに寄り添ってあげてください

進級・卒園まで、残りわずかとなりました。子ども達の多くは、ひとつ上のクラスにあがることでドキドキ・ワクワク感でいっぱいようです。でも、なかには周囲の期待を過剰に受け止めて気持ちが不安定になる子もいます。なんとなくこれまでと様子がちがうな…と思ったらゆっくり話を聞いてよけいなプレッシャーを取り除いてあげてください。



“ありがとう”は魔法の言葉

「ありがとう」はシンプルですが感謝の気持ちを伝えることができる魔法の言葉です。感謝の気持ちを持って伝えると脳内から脳や体にいい影響を与えるホルモンが分泌されます。

- ・セロトニン（幸せ、心のバランスを整える）
- ・ドーパミン（集中力、やる気を出させる）
- ・エンドルフィン（痛みを和らげる）
- ・オキシトシン（絆・幸せな気持ちにしてくれる）

感謝の言葉は、私たちの体の調子を良くし、心を満たし、自然に笑顔を生み出します。誰かに「ありがとう」と伝えたとき、その相手も自然と笑顔になります。

目の前にあるものにも感謝する習慣を取り入れて、心のこもった

「ありがとう」を沢山伝えたいですね！



【生きとし生くるものすべてによりそう心】

～ 五感と六識を刺激する0歳からの人間教育 ～

1996年～2001年 OECD が発表した保育白書 ECEC (Early Childhood Education and Care) は、私たち（社福）童心会の“柏 ECEC 保育園”とゆかり（所縁）のある名前です。世界の12カ国の教育大臣が「人生最初の数年が、人の生涯を形作る核心である」と問題意識を共有して始まった ECEC プロジェクトは革命的な結論を出しました。

〔 乳幼児は優れた学習者である 〕

1973年（昭和48年）から活動していた私たちの人間教育（保育）「五感と六識を刺激する0歳からの人間教育」の正当性を後押ししてくれたのです。そして

○五感（外界刺激による身体性・感覚性を育くむ）

○六識（心で感じ、意味づけ、考え、主体性が芽生える）

という人間学と人間科学に基づく人間教育」という実体を実証してくれたのです。

私たち（社福）童心会の人間教育の目標の意味は次の通りです。

- 思いやり（慈悲）
- ・慈：すべてのものに安らぎを与えようとする心
 - ・悲：生きとし生くるものの哀しみや苦しみに寄りそう心

○生きる力（智慧）

- ・智慧：実人生を生き抜く力、多様な他者と協働できる）

そして私たちは、新生児・乳幼児期の時代からの Serve & Return（応答的関わり、応答的やりとり）を受けた子どもは“とても幸せな人生”を送ることができるそうです。

だから童心会の子どもたちは“やさしくて力持ち”なのです。
今日もまた一日一生を感じながら皆さまの幸せを祈り願い続けていくつもりです。
どうぞいつまでもお幸せに！

理事長 中山 勲 拝

